

彩色速查手册

急救手册

[英] 扬格森 著 陈娟 译



家庭、工作、旅行必备急救指南

黑龙江科学技术出版社

彩色速查手册

急救手册

[英] 扬格森 著 陈娟 译



黑龙江科学技术出版社

中国·哈尔滨

黑版贸审字 08-2008-048

图书在版编目(CIP)数据

急救手册 / [英] 扬格森著; 陈娟译. —哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2008.8

ISBN 978-7-5388-5861-7

I. 急… II. ①扬…②陈… III. 急救—手册 IV. R459.7-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 137202 号

First Aid by Youngson

Copyright © Diagram Visual Information Limited 1993, 1999

Simplified Chinese edition copyright ©

Beijing Zhongzhibowen Book Publishing Co., Ltd. 2006

This edition published by the arrangement with HarperCollins publishers
through Andrew Nurnberg Associates International Ltd.

All rights reserved

急救手册

J I J I U S H O U C E

作 者 [英] 扬格森
译 者 陈 娟
责任编辑 张丽生 回 博
封面设计 李卫锋
文字编辑 肖玲玲
美术编辑 刘南海东 刘欣梅

出 版 黑龙江科学技术出版社



地址: 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号 邮编: 150090
电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店
印 刷 三河市华新科达彩色印刷有限公司
开 本 889 × 1194 1/40
印 张 4
版 次 2008 年 12 月第 1 版 · 2008 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5388-5861-7/R · 1527
定 价 19.80 元

前言

现实生活中,意外情况常常让人防不胜防:不小心割伤手指导致出血,扭伤或骨折,烫伤,突然晕厥,心绞痛突然发作,儿童不慎吞下异物,车祸、火灾等特殊事故导致重伤……这些情况都需要急救,及时地实施急救会帮助伤者缓解疼痛,防止更严重的情况发生,避免后遗症,甚至是挽救一条生命!

要有效地对伤病者实施急救,必须掌握科学的急救知识和方法,这可以通过专门的急救课程的培训来达到,也可以通过阅读书籍来学习。另外,非常重要的一点是急救人员要在突发事件面前能沉着、冷静,反应迅速。

本书为英国著名急救机构的权威专家精心编写,旨在帮助毫无急救经验的读者迅速掌握相关的科学急救方法,是一本非常适合居家、办公、外出旅行时的急救指南。当遇上问题而无法获得专业人员救助时,读者可以通过查阅本书迅速得到所要用的知识。书中内容丰富,介绍了严重事故的急救,重伤和危险情况下的急救,家庭常见事故急救,以及检查生命迹象和生命迹象出现问题时的急救方法。帮助读者在各种各样的意外伤害事件和突发急症场景下敏捷地作出反应,实施科学而有效的急救措施。为避免急救时操作失误导致更严重的情况发生,书中在介绍严重事故的急救措施时,用清晰

的图案和文字标示出了什么能做，什么不能做。

此外，为了便于读者迅速查找到所需内容，本书的目录页上详细列出了每种意外伤害或事故的名称和页码。因为在紧急情况下，对于一个没有急救经验的人而言，这样简便而高效的查阅方式将大大节省时间，而对于伤病者而言，时间就是生命。在查找到相关内容后，书中清晰的图文编排，易懂的文字介绍，急救的重要提示让读者一看就懂，一学就会，并可以立即派上用场，有效地帮助处于危险状况下的伤病者。当然，如果你能未雨绸缪，在平时常常翻阅此书，学习书中介绍的种种急救知识，那么在紧急时刻，你会更从容。

本书在英国首次出版以来，以其实用性和科学性赢得了读者的青睐。为了使它更好地为读者提供服务，作者还根据急救医学领域的最新发展对本书进行了修订，如今在书中呈现出来的是针对各种事故和突发急症的最有效、最先进的一些医疗救助方法。可以说，这本书不论对于普通读者还是专业急救机构而言，都是权威参考书。

如何使用本书

本书在编排上力求体例简明,层次清晰,并采用了颜色标识和符号标识来引导读者快速查阅和获取重要信息。

颜色标识

为了读者能够方便、快捷地查阅本书,书中用不同的颜色将各章内容进行了区分(见页眉颜色)。

在正文版式中通过不同的色块,醒目地标注出发生事故和伤害时应该采取的急救措施。这样,急救人员就能够快速、便捷地查找到所需的急救措施。

符号标识

书中用2种特殊符号醒目地标注出重要信息,以提醒急救人员注意。

！表示警告,很多行为有时候可能会在第一时间给伤者带来帮助,有时候却可能使伤者的伤势恶化,所以应该注意。

◆表示在对伤者进行急救时,如果采用的第一方案无法奏效,伤者有其他并发症或者某些急救工具还没有使用,此时应该采用其他方法或进一步采用某些工具或措施。

没有颜色标识部分的内容是对事故和伤害的基本说明,包括事故原因、诊断特征以及身体特定部位的作用等。

标题

事故、伤害或急症
的名称。

页眉

显示出书名、章
名、页码，并通过颜色
的变化区分各章内容，
方便查阅。

高温烧伤与烫伤

高温烧伤与高温烫伤并没有什么实质性的区别，都是由于皮肤组织受到高温烧灼而受伤的。这种情况下，皮肤组织迅速被损坏，所以急救人员必须立即采取措施降低伤者身体温度。伤口得到及时冷却后会大大减轻伤情，也会缓解由于烧伤或烫伤带来的剧痛。

基本介绍

急症、事故和伤害
的原因、症状等。

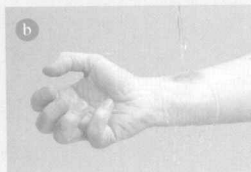
急救步骤

图文配合共同说
明急救的操作过程。为
使急救步骤的内容在版
面上更醒目，特别设置
了鲜亮的底色和线框。

烧伤和烫伤的急救措施

轻微烧伤与烫伤的急救措施见 116 页。

1. 脱去或剪掉伤者被烧伤部位的所有衣物 (a)。
2. 除去伤者身上的饰物 (如戒指、手镯、手表等)，以免它们在伤肢肿胀后勒进伤者皮肤，无法脱下。
3. 用冷水冲洗伤口 (b)。冲洗时间至少 10 分钟。处理所有烧伤事故时几乎都可以也应该采用这个方法，不论是严重烧伤还是轻微烧伤。



重要提示

！表示警告，让
急救人员知道不可做
的事。

！ 不要用黄油、药膏或洗液等涂抹伤口。

！ 不要将任何有黏性的东西放在伤口上。

目 录

第 1 章 急救基本知识

什么是急救	1
急救工具	2
家庭小药箱	3

第 2 章 生命迹象与急救措施

生命迹象	7
呼吸顺畅	7
循环系统	10
急救措施	11
人工呼吸	11
胸部按压	14
二人轮流对伤者实施人工呼吸	17
使伤者处于有利于恢复呼吸的状态	18
伤者大量出血时如何按压伤口	20

第3章 严重事故中的急救

处理原则与职责	23
急救人员的职责	23
紧急事故的处理措施	24
特殊事故和伤害	26
紧急事故处理须知	27
艾滋病毒的危险	27
搬动伤者	29
何时需要搬动伤者	29
搬动伤者的基本规则	30
现场只有一个急救人员	31
现场有两个急救人员	36
现场有两个以上的急救人员	40
脱去伤者身上的衣物	43
脱去伤者的外套	43
脱去伤者的袜子	46
脱去伤者头上的安全帽	46

第4章 重伤与危险情况下的急救

流血	49
体外流血	49
体内出血	53

呼吸障碍	54
窒息	54
哽住	54
溺水	60
吸入大量烟雾或煤气	62
因被勒压导致呼吸困难	63
烧伤	65
烧伤原因	65
烧伤度	65
烧伤面积	66
衣物着火造成的烧伤	67
高温烧伤与烫伤	69
化学药剂烧伤	70
眼睛被化学药剂烧伤	71
电烧伤	72
循环系统障碍	73
循环系统及其作用	73
心绞痛	75
心搏停止	76
心脏病	77
休克	80
挤压伤	83

时间的重要性	84
脱臼	84
肩关节脱臼	85
体温异常	86
中暑	86
中暑衰竭	87
体温过低	88
冻伤	90
骨折	90
骨折的原因、部位与症状	90
固定和处理骨折部位	92
闭合骨折和开放骨折	93
颈部骨折	95
脊柱骨折	97
肌肉拉伤	99
常见的肌肉拉伤	99

第5章 家庭常见事故的急救

身体疼痛	102
背痛	102
头痛	102
耳痛	104

痛经	104
鼻窦炎痛	105
牙痛	106
被动物叮咬造成的伤害	107
被猫、狗和人咬伤	107
被蛇咬伤	107
被昆虫叮咬受伤	109
被昆虫蜇伤	109
眼圈淤青	110
流血	111
轻微的刀伤、割伤和擦伤引起的流血	112
流鼻血	113
牙龈出血和牙槽出血	114
烧伤	116
轻微烧伤与烫伤	116
太阳灼伤	116
晕厥	117
发热	118
异物	119
耳朵里的异物	119
眼睛里的异物	120
鼻子里的异物	121

碎片	122
恶心与呕吐	122
旅行病	123

第6章 敷料、绷带和悬带

敷料	125
创可贴（自粘敷料）	126
片状消毒敷料	127
纱布敷料	129
简易敷料	129
绷带	130
绷带卷	131
如何使用绷带卷	132
三角绷带	136
悬带	140
手臂悬带	140
托臂悬带	141
方结	143

附录

附录一：世界各国急救求助电话	144
附录二：拨打 120 注意事项	145

第1章

急救基本知识



什么是急救

急救就是在救护车、医生或其他专业人员到达之前，给伤者或突发疾病者施行及时帮助和治疗的一种治疗救护措施。

急救的目的

- 确保生命安全。
- 控制伤病情况的变化。
- 促进康复。

急救人员

急救虽然是一项建立在专业的知识、训练和经验基础之上的技能，

但按照本书的指导去做，大多数人也能掌握其中的方法。尤其是在一些紧急情况下，没有专业急救人员在场时，利用本书的知识，你可以及时地为伤者送去必要的帮助。

急救人员的责任

- 迅速稳妥地判断整个情况，及时寻求专业帮助。
- 保护伤者和其他在场者，尽可能消除潜在的危险。
- 尽自己所能判断伤者的伤情和病情。
- 尽早给伤者进行适当治疗，从最严重的伤者开始。
- 安排伤者去医院或回家。
- 陪伴伤者直到专业医疗人员的到来。
- 向专业医疗人员介绍情况，如果需要应提供进一步帮助。
- 尽可能防止与伤者交叉感染。

急救工具

急救工具可以从药店购买。当然，自己制作也非常简单。急救工具必须放在合适的塑料容器里，例如一个大且质量好的、盖子结实的箱子。这既便于在旅行时携带，也可以把急救工具装在里面，放在家里。

以下列出一些你可能需要常备的急救工具。

- 用来包扎伤口的、密封的、消毒的片状敷料，大小各两个。
- 1 包消毒的、密封的大创可贴。
- 1 包不同尺寸的、消毒的、密封的创可贴。
- 2 包密封的包扎伤口的纱布，每包 10 块，每块面积 10 平方厘米。

- 1 卷宽 2.5 厘米的弹性绷带或人造纤维黏性带。
- 1 卷用来包扎水疱或大片擦伤的消毒的、涂有石蜡的纱布。
- 3 个固定骨折和扭伤伤口的三角绷带。
- 4 个大的、未缝合的薄纱绷带。
- 2 包清洗伤口用的消毒药棉。
- 2 卷清理伤口或制作棉垫用的一般棉织品。
- 1 瓶止痛用的扑热息痛药片。
- 1 支温度计。
- 1 只清理异物用的平角无锯齿的镊子。
- 1 把剪绷带或膏药用的剪刀。
- 各种大小不等的安全别针。
- 1 瓶清理伤口用的消毒剂。
- 1 支用来涂昆虫叮咬、荨麻疹等伤口的氢化可的松乳膏。

家庭小药箱

不论是处方药还是非处方药都应该放在家中安全的地方,孩子够不着的、阴凉干燥的壁橱是个理想的地方,同时还应该给药箱上一把孩子不能打开的锁。只有急救用的东西才放在药箱里,药品应该有序地放在药箱里,而不能随便扔在各个角落。如果药品长时间未使用或近期不会使用,要妥善保存。

药箱里的必备物

- 紧急电话:医生的、医院的和当地药店的电话。
- 急救工具。
- 处方药与非处方药。

常见伤病与对应的治疗药物

伤害	治疗药物
被昆虫叮咬	氢化可的松乳膏
冻伤	减充血滴鼻剂，抗组胺剂药片
割伤和擦伤	抗菌膏或抗菌溶液
便秘	腹泻药：渗透性物（如：镁乳），润滑物（如：甘油栓剂）
腹泻	含有高岭土抗腹泻药物（如：洛哌丁胺胶囊）
发热	降体温药物：阿司匹林，扑热息痛（儿童用扑热息痛溶剂）
咽喉痛	咽喉止咳糖和抗菌漱口药
太阳晒伤和疹子	消炎乳膏：炉甘石洗剂，氢化可的松乳膏
清洗伤口	抗菌溶液

药物使用指南

非处方药。这种药是直接从药店购买的，使用前要仔细阅读使用说明。

处方药。你可以直接向医生或药剂师咨询这种药的使用方法：

- 它们是否可以和酒精一起使用。
- 它们是否会引起瞌睡。
- 服用此药物后能否继续驾驶或操作机器。
- 它们是否可以和避孕药一起服用。
- 还有哪些药不能与该药品同时服用。

同时，必须确定：

- 什么时候服用，每天服用几次。
- 能否空腹服用，饭后多久服用。